

# 健康カレンダー 5月

保健センター ☎(758) 4721 (\*色のついている検・健診は、1年度に1回の受診となります)

項目	対象	日	受付時間	内容
半日人間ドック	18歳以上	月・火曜日	9:00~9:30	14日前までに予約を。市内33,000円、市外37,000円
一般健康診査◆1 健康保険証持参	18~39歳			問診、診察、身体計測、血液検査、尿検査。一般健康診査は1,000円、特定健康診査は医療保険者が定める負担額。(予約制)
特定健康診査 受診券、健康保険証、介護保険証(65歳以上のみ)持参	40(*)~74歳 ※平成27年3月31日までに40歳に達する人			※特定健康診査の貧血・心電図・眼底検査は、医師の指示などにより実施 ※65歳以上の人に介護予防(生活機能評価)の問診を実施(要介護・要支援認定者を除く) ※65歳以上の2次予防事業対象者(特定高齢者)は貧血・心電図検査などを実施
後期高齢者健康診査 後期高齢者被保険者証、介護保険証持参	75歳以上など	火・金曜日	12:45~14:20	※第1・3・5火曜日は無料 ※特定健康診査は受診券(医療保険者が発行)が届いてから予約を
肝炎ウイルス検査◆1	40歳以上の未受診者か40歳以上のハイリスク者など	特定健診の眼底検査は金曜日のみ実施		血液検査など。予約制。1,000円。原則、特定・後期高齢者健康診査とセットで実施
前立腺がん検査◆2	50歳以上の男性			胸部X線撮影など。予約制。500円
肺がん検査◆1・2	40歳以上			胸部X線撮影など。予約制。1,000円
結核検査	65歳以上			胸部X線撮影など。予約制。1,000円
胃がん検査◆1・2	35歳以上	金曜日	9:00~10:00	胃がん検査。予約制。1,000円
大腸がん検査◆1・2	40歳以上	月~金曜日	9:00~17:30	直接センターへ。500円
子宮頸がん検査◆1・2	20歳以上の女性	水曜日	13:30~14:30	細胞診など。予約制。1,000円
骨粗しょう症検査	40歳以上の女性	水曜日	12:45~14:30	X線(DEXA法)検査、栄養相談。予約制。1,000円
乳がん検査◆1	40歳以上の女性	1・15日 22日	9:00, 9:30, 13:00, 13:30, 14:00 13:00, 13:30, 14:00	視触診、乳房X線検査。予約制(隔年度受診)。1,500円

\*来月に降の乳がん検査の日程は、保健センターへ問い合わせください(乳がん検査は隔年度受診のため、25年4月1日から26年3月31日までに受診した人は対象となりません)  
\*「半日人間ドック」は、40歳以上の市国民健康保険加入市民、県後期高齢者医療制度加入市民には、料金の一部助成制度があります。予約時に助成の手続きを確認してください  
◆1=世帯全員が市民税非課税の、生活保護世帯、70歳以上の人は無料になります。予約時に申し出を  
◆2=満40歳以上の市国民健康保険加入市民は、無料になります(前立腺がん検査は50~74歳)。健康保険証を持参

項目	対象	日	受付時間	内容
健康相談会	保健センターの後期高齢者健康診査を受けた人	9・28日 20日	10:00 13:30~14:30	予約制。健診結果に基づき生活習慣を振り返り、生活習慣病予防のために保健師・管理栄養士などが改善支援

予防歯科センター ☎(759) 3171

項目	対象	日	受付時間	内容
市民歯科検診	希望者	15日	14:00~14:30	むし歯や歯肉の検診。予約制
歯科相談	希望者	8日	13:30~14:30	予約制

救急・休日診療(いずれも応急診療のみ)

施設名	診療科目	受付時間
応急診療所 (759)8711	内科	日曜・祝日・年末年始(12/30~1/3) 10:00~11:30, 13:00~16:30
ふれあい歯科診療所 (758)7388 (ふれあいプラザ1階)	歯科	日曜・祝日・年末年始(12/30~1/3) 10:00~12:30
尼崎医療センター 06(6436)8701 尼崎市水堂町3丁目15-20 (緊急医療センター南約700m)	眼科・耳鼻咽喉科	日曜・祝日 9:00~16:00 年末年始(12/29~1/3) 9:00~翌朝5:30 土曜 18:00~20:30(耳鼻咽喉科のみ)

市立川西病院 ☎(794) 2321

項目	内容	オプション
人間ドック 毎週水・水・金曜日	一般健診コース 43,200円	(1) レディース検診 ①婦人科検診(内診、細胞診、I <sub>2</sub> -) 4,320円②乳がん検診(乳房触診、マンモグラフィ) 5,400円③総合ヘルプコース検診8,640円 (2) 肺がん精密検診(胸部CT) 12,960円(一般健診コース) (3) 脳精密検診(脳ドック) 30,240円(一般健診コース) (4) 胃がん予防検診5,400円 (5) 骨密度測定2,160円
※いずれも予約は1カ月前までに同病院へ	生活習慣病コース 70,200円	

県伊丹健康福祉事務所(各相談窓口の電話へ予約を)

項目	対象	日	受付時間	内容
こころのケア相談 (785)7874	希望者	15日	13:30~15:30	精神科医師による心の相談
エイズなど相談・検査 (785)2371	希望者	14・28日	9:00~9:45	エイズ・肝炎(B型・C型)検査
専門栄養相談 (785)7861	希望者	26日	13:30~15:30	難病・特殊疾病などの食事相談



大腸がんは50歳過ぎから増加し始め、高齢になればなるほど多くなります。市では40歳以上の市民を対象に大腸がん検診を行っています。

大腸がんの症状としては、肛門出血、便が細くなる、便秘、または便秘と下痢が交互に起こることなどが挙げられます。しかし、こうした症状のない段階で、いかに早期発見するかが鍵となります。

現在、大腸がん検診では検便の2日法が行われ、その有効性が証明されています。大腸がんでは比較的早期に微量な出血

## 大腸がん健診で早期発見、早期治療を

を来すことがあるので、この便中の微量な出血を検便により見つける方法です。

また、大腸がんから毎日出血するとは限らないため、1日法より2日法の方が発見率が高くなります。「2日のうち1日だけが陽性であった場合、再検査をした方が良いでしょうか?」との質問をよく耳にしますが、片方でも陽性であれば精密検査を受けてください。

精密検査では、大腸内視鏡検査が選択される場合が多くなりました。大腸内視鏡検査は非常に安全な検査ですが、事前に大量の腸洗浄剤を飲む必要がありますし、偶発症も皆無ではありません。

医療機関で十分な説明を受けて選択してください。(市医師会 森崎善久)

## 5月の献血日

9日(金)	10:00~11:45 13:00~16:00	市役所
16日(金)	10:00~12:00 13:15~16:00	コープうねの店前
19日(月)	14:00~16:30	けやき坂小学校

市民歯科検診と併せて口腔粘膜炎(舌・頬など)の問診・視診・触診を。治りにくい傷などで不安のある人は受診を(要予約。治療中や経過観察の場合にはご遠慮ください)。とき6月6日(金)午後1時半~2時半▽同センター(759)3171へ

### 食生活改善推進員養成講座

県伊丹健康福祉事務所健康管理課が健康づくりや食育推進などについての講義、グループワーク、調理実習など。とき6月12日から12回コース(日程・時間は未定)▽同センター(759)3171へ

### 保健センター

☎(758) 4721

【健康運動体験教室】講話と軽いリズム体操など(医師の運動許可がある人。体調により見学も)。とき5月15日(木)午後1時20分~3時半▽定員20人

【生活習慣病予防教室】「脂質異常症」と「お口の機能アップ」をテーマに、簡単な病態の説明や参考献立の試食を。とき5月26日(月)午後1時20分~3時半▽定員20人

【保健康談】血圧測定と健康相談。当日会場へ。とき5月7日(水)、6月4日(水)午後1時半~3時▽同センター

【身近な医療機関で年1回は健康診査を!】市医師会の協力で27年2月まで、市指定病・医院での個別検診を実施します。



市内在住で健康や食生活に関心が高く、地区組織(川西いずみ会)活動に意欲のある人▽費用3,000円程度▽定員20人▽申込み5月30日(金)までに電話で同課☎(785) 7861へ



検診項目は次の通り。検診の対象者や内容、料金などは健康カレンダーを参照してください。申し込みは、各病・医院へ。指定病・医院の一覧表は市役所、保健センター、各行政センターにあります。

特定健康診査▽後期高齢者健康診査▽肝炎ウイルス検診▽前立腺がん検診▽肺がん検診▽大腸がん検診▽子宮頸がん検診▽乳がん検診(市立川西病院のみ)27年3月まで実施

【体力測定会】講話と体力測定など(医師の運動許可がある人。体調により見学も)。とき5月23日(金)午後1時15分~3時半▽同センター

【保健康談】血圧測定と健康相談。当日会場へ。とき5月7日(水)、6月4日(水)午後1時半~3時▽同センター

【身近な医療機関で年1回は健康診査を!】市医師会の協力で27年2月まで、市指定病・医院での個別検診を実施します。



### 各種手当を振り込み

福祉手当・特別障害者手当・障害児福祉手当を5月9日(金)に、重度心身障害者(児)

介護手当を5月29日(木)に振り込みます。支払通知書は発送しませんので、通帳を確認してください。3カ月以上の入院や、施設へ入所したときなど、受給資格がなくなる場合があります。詳しくは障害福祉課☎(740) 1178へ。

### 街へ出よう運動

市障害者団体連合会が次の通り(雨天決行)。とき6月7日(土)▽同センター

【手話講師養成講座】とき5月24日から第2・4土曜日午前10時~正午の10回コース▽対象市内在住で手話歴7年以上の人▽同センター(1回目は中央公民館)▽費用3,000円(テキスト代別)▽定員15人▽申込みフアックス番号を障害福祉課☎(759) 3136へ▽問合せ同課☎

【ボランティア活動相談】とき5月17日(土)午後1時半~3時半

【ボランティア活動相談】とき5月17日(土)午後1時半~3時半

【ボランティア活動相談】とき5月17日(土)午後1時半~3時半

【ボランティア活動相談】とき5月17日(土)午後1時半~3時半

【チャリティーバザー】身体障害者父母の会が次の通り。とき5月31日(土)午前10時半~午後3時▽同センター☎(740) 1175

【市ボランティア活動センター】会場はふれあいプラザ。申し込みは同センターへ。とき6月2日から11月3日までの毎月曜日(祝日も開講、ただし8月11日は休み)午後7時~8時45分(全22回)▽講師川西西ろうあ協会と手話サークル員▽費用6,000円(学生5,000円)▽定員30人▽申込み5月26日(月)まで

【ボランティア活動相談】とき5月17日(土)午後1時半~3時半

【ボランティア活動相談】とき5月17日(土)午後1時半~3時半

【ボランティア活動相談】とき5月17日(土)午後1時半~3時半

【ボランティア活動相談】とき5月17日(土)午後1時半~3時半

【ボランティア活動相談】とき5月17日(土)午後1時半~3時半

【ボランティア活動相談】とき5月17日(土)午後1時半~3時半

